

Monitor de actividad, sueño y ritmo cardíaco

Fit Pulse

MANUAL DE USUARIO / USER MANUAL / GUIA DE UTILIZADOR

¡ BIENVENIDO !

En esta guía encontrarás toda la información para sacar el máximo partido a tu SPC Fit Pulse.

CREA UNA CUENTA SPC

Un montón de ventajas gratis a un click.

Antes de continuar leyendo esta guía, te recomendamos que visites **www.spc-universe.com**, CREES UNA CUENTA SPC Y REGISTRES TU PRODUCTO.

Así, entrarás en el universo SPC: un club exclusivo para nuestros clientes con importantes descuentos, así como promociones para mejorar o renovar tu equipo SPC.

Además, con esta cuenta podrás **acceder gratis a todos los servicios de SPC**, como apps para tablets y smartphones y a nuestro apartado de soporte técnico.

Esto es SPC. A universe in technology.

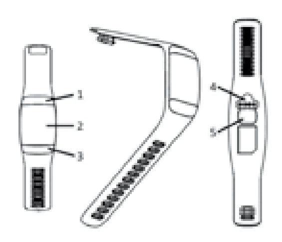
CONTENIDO DE LA CAJA

- Monitor SPC Fit Pulse
- Cable USB para cargar la batería
- Guía de usuario
- Hoja de garantía

CARACTERÍSTICAS

- Funciones: Monitor de actividad (podómetro, distancia recorrida, calorías quemadas), pulsímetro y medidor de sueño (calidad y tiempo). Aplicación para Android y para iOS.
- Batería: Batería de 80 mAh. Autonomía de 7 días para un uso normal (una media de 8000 pasos por día) y 15 días en standby.
- Dimensiones y peso: 12x25x48 mm (monitor). Peso: 28 g (monitor y pulsera)

LOCALIZACIÓN DE CONTROLES



1. Panel táctil 1
2. Pantalla táctil
3. Panel táctil 2
4. Conector de carga
5. Sensor de frecuencia cardíaca

CARGA DE LA BATERÍA

El monitor dispone de batería interna. Antes de comenzar a utilizarlo necesitarás cargarlo con

cualquier fuente de alimentación USB, mediante el cable USB incluido en la caja.

Con el ordenador encendido o fuente de alimentación USB, conecta un extremo del cable en el conector USB del alimentador y el otro extremo en el **conector de carga del monitor (4)**.

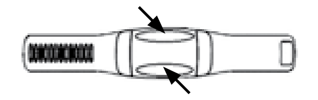
La batería empezará a cargarse. Carga la batería durante un tiempo aproximado de 1 o 2 horas para asegurar un máximo tiempo de uso y así alargar la vida de ésta.

NOTA: Para que el monitor se cargue correctamente, si utilizas un PC, conecta el cable USB directamente en el conector USB de tu PC (no a través de un concentrador). No olvides cargar el monitor antes del primer uso y cuando el icono de batería esté completamente vacío.

USO DEL MONITOR

PANTALLA TÁCTIL

Para hacer uso de la pantalla táctil del monitor, no debes tocar directamente sobre el centro de la pantalla, sino en ambos lados ya que los sensores táctiles se encuentran tanto arriba como debajo de la zona del display, en las zonas señaladas.



ENCENDER EL MONITOR

Para ahorrar batería, tu SPC Fit Pulse viene en modo hibernación por defecto. Para encenderla por primera vez, conéctala mediante el cable USB de carga a una fuente de alimentación.

Aparecerá una barra de progreso en la pantalla que indica que la pulsera está siendo activada. Tras esta acción, no interrumpas el proceso de carga hasta que la batería esté completamente cargada.



MODOS DEL MONITOR

Pulsando sobre la **pantalla táctil (2)**, pasarás por los diferentes modos del monitor, que son:
Fecha y hora, obtenido una vez sincronizado el monitor con el móvil
Pasos totales desde medianoche, o bien desde que empezaste a registrar
Calorías quemadas estimadas desde medianoche o desde que empezó a registrar, en base a tus medidas y actividad diaria.

Distancia total recorrida desde medianoche o desde que empezó a registrar, calculado en función a tus medidas
Porcentaje objetivos diarios cumplidos
Pulsímetro, medidor de frecuencia cardíaca en tiempo real.

USO DE LA APLICACIÓN

DESCARGA Y USO DE LA APLICACIÓN

Puedes utilizar el monitor con tu SmartPhone Android y con tu iPhone, teniendo en cuenta que deben cumplir estos requisitos:

Android: SmartPhone con Bluetooth 4.0 Low Energy (BLE) y con una API BLE que permita el acceso a BLE mediante código de aplicaciones

de terceros (comúnmente de Android 4.3 en adelante)

iOS: desde iPhone4S en adelante.

NOTA: Para saber si tu SmartPhone dispone de BLE, consulta las especificaciones técnicas o instala un comprobador de BLE en tu SmartPhone, hay varios gratuitos en el PlayStore.

Para descargarte la aplicación, procede del siguiente modo:
Desde Android: busca la aplicación SPC Fitness en el PlayStore.
Desde iOS: busca la aplicación SPC Fitness en el APP Store.
Para poder enlazar el SmartPhone con tu monitor, debes de tener el Bluetooth activado previamente.

Una vez instalada la aplicación, deberás registrarte en el sistema o identificarte con una cuenta ya existente.

NOTA: Si tuvieras algún problema en la descarga de las aplicaciones, puedes también descargártelas desde nuestra página support.spc-universe.com

Para registrarte deberás introducir un correo electrónico, contraseña, foto de perfil (desde la cámara o foto ya existente), nombre, género, fecha de nacimiento, peso y altura.
A continuación deberás establecer un objetivo diario, deslizando una barra situada en la parte inferior.

ENLAZANDO EL MONITOR CON LA APLICACIÓN

POR PRIMERA VEZ

Realiza los siguientes pasos para enlazar por primera vez el monitor:

IMPORTANTE: Tener activado el Bluetooth del móvil. SPC Fit Pulse y móvil deben de estar en un rango no superior a 10 metros.

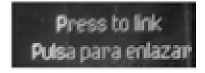
1. Desde la app, accede al menú "**Dispositivos"**.

2. Selecciona tu SPC Fit Pulse. El reproductor ordena los archivos en la memoria de la misma manera que se copian del ordenador



3. En la pantalla aparecerá una solicitud de enlace, para confirmar y verificar el enlace con el móvil.

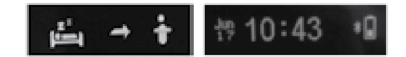
4. Tras aceptar la solicitud de enlace en tu móvil, aparecerá en tu SPC Fit Pulse otra solicitud de enlace que deberás aceptar tocando sobre la pantalla táctil.



Enlace terminado, estos pasos únicamente hay que seguirlos la primera vez que enlazas el monitor y la aplicación. Las próximas veces que enlaces tu SPC Fit Pulse, los pasos 3 y 4 de confirmación de enlace no serán necesarios

MONITORIZAR ACTIVIDAD

Inicialmente el monitor está en modo actividad, si estuviera en el modo sueño, deberás pulsar prolongadamente sobre la **pantalla táctil (2)** hasta ver esta imagen y a continuación volver a pulsarla una vez



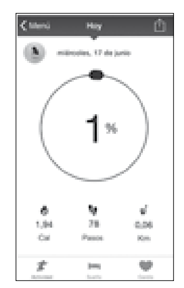
Abre la aplicación antes de comenzar la actividad y sincroniza monitor y aplicación.

Una vez sincronizados monitor y aplicación, puedes empezar la actividad.

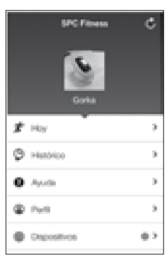
Pulsa sobre la **pantalla táctil (2)** para colocarte en modo pasos.



El monitor contará tus pasos y en base a tus medidas (introducidas cuando creaste tu perfil) calculará la distancia recorrida, las calorías quemadas y el porcentaje realizado sobre los objetivos diarios establecidos previamente.



Puedes ver tus estadísticas e histórico de actividad, sueño y cardio, pulsando en la opción **"Histórico"**.



NOTA: - Si utilizas el monitor sin tener cerca el móvil, también contará los pasos, y la próxima vez que los enlaces, los datos registrados por el monitor se sincronizarán con la aplicación. Es posible que los pasos visualizados en la aplicación no coincidan con los del monitor, pero cuando comiences o continúes de nuevo la actividad, se sincronizarán automáticamente de nuevo y el número coincidirá.

- Ten en cuenta que el monitor se resetea cada día a las 00:00 horas, por lo que si realizaste ejercicio el día anterior y no lo sincronizaste, dejarás de ver estos datos aunque el monitor guardará los datos de los últimos 30 días y la próxima vez que los sincronices los verás en la aplicación.

- El monitor cuenta los pasos a partir de una cantidad fija y continuada de 10 pasos, es decir, contará todos los pasos pero sólo se contabilizarán en el cómputo total si estos pasos superan los 10, visualizando el

número 11 en el 11º paso. Esto es así para evitar posibles movimientos involuntarios del monitor sin ser actividad.

MONITORIZAR SUEÑO

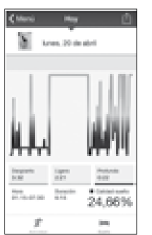
Para ir al modo sueño, deberás pulsar sobre la **pantalla táctil (2)** prolongadamente hasta ver esta imagen y a continuación volver a pulsar una vez para acceder al modo sueño. En este modo, en la pantalla aparecerá una luna parpadeando, lo que indica que está activado el modo sueño.

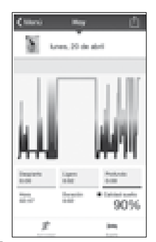


Cuando te despiertes, sal del modo sueño de la misma forma que entraste, manteniendo pulsada la pantalla, para que el monitor sepa que la noche

ha terminado para guardar y procesar así los resultados.

Una vez sincronizado el monitor con la aplicación, si vas a la pantalla **"Sueño"** (pulsando sobre el icono de sueño de la pantalla **"Hoy"**) verás una gráfica con el resultado del sueño, viendo altibajos en la misma, provocados por movimientos realizados. Si pulsas sobre cualquier punto de la gráfica verás en qué momento se ha producido ese movimiento.





MONITORIZAR FRECUENCIA CARDÍACA

Tu SPC Fit Pulse dispone de un sensor de frecuencia cardíaca que le permite monitorizar en su pantalla la frecuencia cardíaca actual.



Para monitorizar la frecuencia cardíaca realiza el procedimiento de la siguiente forma, colócate la SPC Fit Pulse en la muñeca (preferiblemente en la cara anterior debido a que hay mayor concentración de riego sanguíneo) con el sensor de frecuencia cardíaca (5) sobre la misma, enciende la pantalla de tu monitor y con dos dedos, manténte pulsando sobre los dos paneles táctiles (1) y (3). Acto siguiente, tu SPC Fit

Pulse comenzará a calcular tu ritmo cardíaco. Aparecerá en pantalla una línea de progreso formada por corazones, esto indica que se está calculando el ritmo cardíaco. Mantén pulsado los paneles táctiles hasta que esta barra de progreso termine (4 corazones).




Para dejar de monitorizar tu ritmo cardíaco, deja de pulsar sobre cualquiera de los paneles táctiles.

NOTA: Es muy importante que el sensor de frecuencia cardíaca (5) esté bien apoyado sobre tu muñeca para una correcta medición.

-Accede dentro del apartado "Hoy" al submenú "Cardio" para monitorizar la frecuencia cardíaca actual en la aplicación.

-Accede dentro del apartado "Histórico" al submenú "Cardio" para visualizar los detalles del histórico de pulsaciones (Mínima, máxima, pulsaciones medias).

NOTA: Este pulsímetro no es un medidor de pulsaciones profesional ni médico, es únicamente orientativo para el usuario. Por lo que, las mediciones puede tener un pequeño rango de desviación.

COMPARTIR DATOS

Puedes compartir los resultados obtenidos, simplemente pulsa sobre el icono de arriba a la derecha tanto en la sección **"Hoy"** (actividad, sueño y cardio) como en la de **"Histórico"** (actividad, sueño y cardio), elige la aplicación en la que quieres compartir los datos, y elige con quién y qué mensaje quieres publicar.

PERFIL

En este apartado podrás editar los datos de usuario introducidos anteriormente (foto de perfil, sexo, nombre, fecha de nacimiento, estatura, peso) así como establecer tu objetivo diario.

www.spc-universe.com

MARCAS COMERCIALES

SPC es una marca registrada de Telecom y Novatecno S.A.

NOTA: SPC se reserva el derecho de modificar en cualquier momento la información de esta guía, la cual se ha elaborado con el mayor cuidado, si bien toda la información y recomendaciones que aquí constan no constituyen garantía alguna.

WELCOME !

This guide includes all the information to make the most out of your SPC Fit Pulse.

GET AN SPC ACCOUNT

Free advantages just one click away..

Before going on reading this manual, we strongly recommend you visiting **www.spc-universe.com**, SO YOU CAN CREATE AN SPC ACCOUNT AND REGISTER YOUR PRODUCT.

By doing this, you will be able to get into SPC universe: an exclusive club where our clients can get incredible offers and discounts and also upgrade or renew their products.

Moreover, **having an account means free access to SPC services**: tablet and smartphone apps, technical support...

This is SPC. A universe in technology.

BOX CONTENT

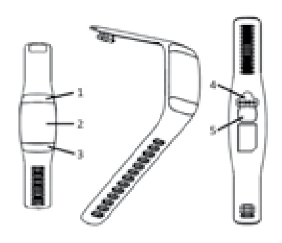
EN

- SPC Fit Pulse Monitor
- USB cable to charge the battery
- User guide
- Guarantee certificate

FEATURES

- Functions: Activity monitor (pedometer, distance covered, calories burned) pulsometer and sleep gauge (quality and time). Application for Android and iOS.
- Battery: 80 mAh battery. Battery life of up to 7 days in normal use (approximately 8000 steps per day) and 15 days on standby.
- Dimensions and weight: 12x25x48 mm (monitor). Weight: 28g (monitor and wristband).

UNIT AND CONTROLS



1. Touch panel 1
2. Touch screen
3. Touch panel 2
4. Connector to charge the monitor
5. Heart rate sensor

CHARGING THE BATTERY

The device has an internal battery. You have to charge it before starting to use it, connecting the device to the PC with the USB cable included in the box. With the computer switched on, connect one end of the USB cable in the USB connector of your PC and the other end to the **device's connector (4)**. The battery will start charging. Charge the battery during around 1 or 2 hours to ensure a maximum usage time and to lengthen its useful life.

NOTE: To ensure that the player is charged correctly, connect the USB cable directly in the USB connector of your PC (not in a Hub). If the battery is TOO discharged, it's possible that the device needs some minutes to start charging. Do not forget to charge the device before the first use and when the battery icon is empty.

USING THE MONITOR

TOUCHSCREEN

To use the touchscreen, you must not touch on the center of screen directly, but on both sides because the touch sensors are stayed both above and below of the display, on the indicated zones.



SWITCH ON THE MONITOR

In order to save battery, your SPC Fit Pulse comes in hibernation mode by default. To switch on for the first time, connect it by USB charging cable to power supply. A bar progress will appear on the screen, it indicates that the bracelet is being activated. After this action, do not interrupt

the charging process until the battery is fully charged.



EN

MONITOR MODES

By pressing on the **touch screen (2)**, you will go through the different monitor modes, which are:

Date and time, obtained once the monitor is synchronised with your mobile.

Total steps from midnight, or since you started recording

Estimated **Calories burned** since midnight or since it stated recording, based on your measurements and daily activity.

Total distance since midnight or since it started recording, calculated according to your measurements.

Porcentage of daily goals met.

Pulsometer, heart rate monitor in real time

USING THE APPLICATION

DOWNLOADING AND USING THE APPLICATION

You can use the monitor with your Android SmartPhone and your iPhone, taking into account that these requirements must be met:

Android: SmartPhone with Bluetooth 4.0 Low Energy (BLE) and a BLE API that allows access to BLE through third party application codes (commonly Android 4.3 and above)

iOS: iPhone 4S and above.

NOTE: To see if your SmartPhone has BLE, check the technical specifications or install a BLE tester on your SmartPhone, there are several free on the PlayStore.

To download the application, proceed as

follows:

From Android: search for the SPC Fitness application in the PlayStore.

From iOS: search for the SPC Fitness application in the APP Store

EN

In order you can link the Smartphone with the monitor you have to activate the Bluetooth previously.

Once the application is installed, you will need to be registered on the system or, alternatively, log in with an existing account.

NOTE: : If you have any problems while downloading the applications, you can also download them from support. spc-universe.com

In order to register you will need to enter an email address, password, profile photo (from the

camera or another photo), name, gender, date of birth, weight and height.

Then you will need to set a daily goal, by sliding a bar at the bottom of the screen.

BONDING WITH THE APP FOR THE FIRST TIME

Follow the following steps in order to link for the first time.

IMPORTANT: The Bluetooth of phone has to be activated. Both parts have to been on a range not exceeding of 10 meters.



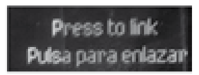
1. From the app, go to **"Devices"** menu

2. Select your SPC Fit Pulse.

3. A link request will appear on the screen to confirm the bonding with the phone.

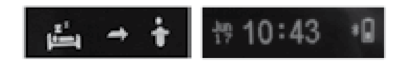
4. After accept the link request in your phone, another link request will appear in your SPC Fit Pulse that you must to accept touching on the touchscreen.

EN



MONITORING ACTIVITY

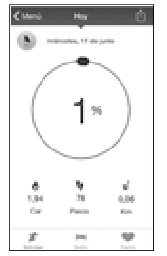
The monitor is initially in activity mode, if you want it in sleep mode, you will need to press and hold on the **touch screen (2)** until you see this image and then press once again.



Open the application before starting the activity and synchronise the monitor and application.

Once the monitor and application are synchronised, you can begin the activity. Press the **touch screen (2)** for go to steps mode.

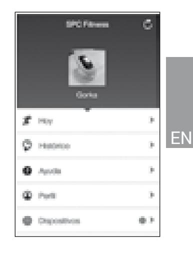




The monitor will count your steps and, based on your measurements (entered when you created your profile), it will calculate the distance covered, calories burned and the percentage of the daily

goals previously set that has been covered.

You can view the statistics and history (activity, sleep and cardio) by pressing the **"History"** option.



NOTE: - If you use the monitor without having your mobile close by, it will also count the steps, and the next time that you link them the data recorded by the monitor will be synchronized with the application. It is possible that the steps displayed on the application do not match those on the monitor, but when you start or continue the activity again, they will automatically be synchronized again and the number will match.

- Keep in mind that the monitor is reset every day at midnight, so if you exercised the day before and didn't synchronize it, this data will be lost.

- The monitor counts the steps from a fixed and continuous number of 10 steps, i.e. it will count all steps but they will only be counted in the total count if the steps exceed 10 steps, showing number 11 for the 11th step. This is to avoid any possible involuntary movements of the monitor without any activity.

MONITORING SLEEP

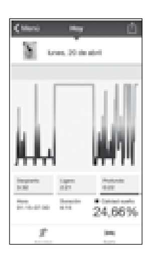
To go to sleep mode, you will need to press and hold on the **touch screen (2)** until you see this image and then press once again. In this mode you will see the time, it will show a moon in the left part of the monitor screen.

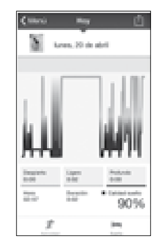




When you wake up, leave sleep mode (pressing the touch screen, as you entered in) so that the monitor knows that the night is over and to save and thus process the results.

Once the monitor is synchronized with the application, if you go to the **"Sleep"** screen (by pressing over the **"Today"** screen), you will see a chart with the results of your sleep, seeing the ups and downs caused by movements made. If you press any point of the chart you will see when that movement occurred.





MONITORING THE HEART RATE

Your SPC Fit Pulse has a heart rate sensor that allows viewing the current heart rate in your screen.

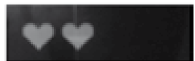
To view the heart rate in the screen, please, follow the procedure in this way:

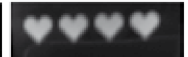
Place your SPC Fit Pulse in your wrist, much better, if you place it in the bottom part of the wrist (where the blood flow is bigger) with the

heart rate sensor on it. Then, turn on the screen of your monitor and keep pressing with the fingers the two **touch panels (1) and (3)** located on both sides of the screen. Then, your SPC Fit Pulse will start measuring your heart rate. A bar progress with hearts will appears on the screen, it means



that your bracelet is measuring your heart rate. Keep pressing both touch panels until the bar progress finish (when it arrives to 4 hearts).





EN

To finish monitoring your heart rate, do not follow touching the touch panels.

NOTE: It is important that the heart rate sensor (5) is well placed on your wrist for a correct measure of heart rate.

-Access within the section "Today" to submenu "Cardio" in order to monitor the current heart rate in the app.

-Acess within the section "History" to submenu "Cardio" in order to view the details of the heart rate history (Minimum, maximum, average).

NOTE: This pulsimeter is not a profesional or medical device, it is only for a orientative measures for the final user. So, the measures can have a small desviation range.

SHARING DATA

You can share your results, simply press the icon ⇪ at the top right-hand side both in the **"Today"** section (in activity and sleep mode) as well as in the **"History**" (in activity and sleep mode) section,

select the application in which you want to share the data and choose who you want to share it with and what message you want to publish.

PROFILE

In this section, you can edit the user data before introduced (profile photo, sex, name, birthday date, height, and weight) as well as change your daily target.

EN

COMERCIAL BRANDNAMES

SPC is a registered brandname of Telecom y Novatecno S.A.

NOTE: SPC reserves the right to modify the information of this guide in any moment. All the information and recomendations that we can find here do not guarantee anything.

BEM-VINDO

Neste guía encontrarás toda a informação para tirar o máximo partido do teu SPC Fit Pulse.

CRIE UMA CONTA SPC

Inúmeras vantangens grátis à distancia de um click.

Antes de continuar a ler esta guia, recomendamos-lhe que visite **www.spc-universe.com**, QUE CRIE UMA CONTA SPC E REGISTE O SEU PRODUTO.

Desta maneira entrará no universo SPC: um clube exclusivo para os nossos clientes com importantes descontos e promoções para melhorar e renovar o seu equipamento SPC.

Além disto, **com esta conta poderá aceder grátis a todos os serviços da SPC**, como apps para tablets e smartphones e ao nosso suporte técnico.

Isto é a SPC. Um universo em tecnologia.

CONTEÚDO DA CAIXA

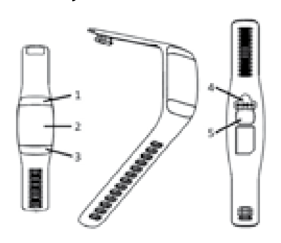
- Monitor SPC Fit Pulse
- Cabo USB para carregar a bateria
- Guia do utilizador
- Folha da garantía

CARACTERÍSTICAS

- **Funções:** Monitor de actividade (podómetro, distância percorrida, calorias queimadas), monitor de freqüência cardíaca e medidor de sono (qualidade e tempo). Aplicação para Android e para iOS.
- **Batería:** Batería de 80 mAh. Autonomia de até 7 dias para uso normal (metade de 8000 passos por dia) e 15 dias em standby.
- **Dimensões e peso:** 12x25x48 mm (monitor). Peso: 28g (monitor e pulseira).

PT

LOCALIZAÇÃO DO CONTROLOS



1. Painel de toque 1
2. Ecrã táctil
3. Painel de toque 2
4. Conector do monitor
5. Sensor de frequência cardíaca

CARGA DA BATERÍA

O monitor dispõe de bateria interna. Antes de começar a utilizá-lo, necessitará de carregá-lo

com qualquer fonte de alimentação USB com o cabo USB incluída na caixa.

Ligue o mantenha a ecrã do monitor pressionado.

Com o computador ligado ou fonte de alimentação USB, conecte uma extremidade do cabo no conector USB na gaveta ea outra extremidade no **conector do monitor (4)**.

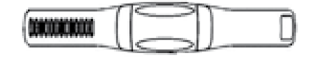
A bateria começará a ser carregada. Carrega a bateria durante um tempo aproximado de 1 o 2 horas para assegurar um máximo de tempo de uso, e assim aumentar a vida da mesma.

NOTA: Para que o monitor se carregue correctamente, conecte o cabo USB directamente no conector USB do PC (não através de um concentrador). Não esqueça de carregar o monitor antes da primeira utilização, e quando o ícone da bateria esteja completamente vazio.

UTILIZAÇÃO DO MONITOR

ECRA TÁCTIL

Para usar o monitor de tela de toque, que não devem tocar diretamente sobre o centro da tela, mas em ambos os lados desde sensores de toque estão localizados acima e abaixo da área do visor, nas áreas designadas.



LIGAR O MONITOR

Para poupar energia da bateria, sua imprensa SPC caber vem em modo de hibernação por padrão. Para ativá-la pela primeira vez, conecte-o usando o cabo USB cabo de alimentação de carga. Uma barra de progresso aparece no visor, indicando que a pulseira está sendo ativada. Após esta

ação, não interrompa o processo de carga até que a bateria está totalmente carregada.



MODOS DO MONITOR

PT

Pulsando sobre la **pantalla táctil (2)**, pasarás por Tocando o ecrã táctil (2), passará pelos diferentes modos do monitor, que são:

Data e hora, obtido assim que tenha sincronizado o monitor com o telemóvel

Passos totais desde a meia-noite, ou desde que começou a registar

Calorias queimadas estimadas desde a meia-noite ou desde que começou a registar, com base nas suas medidas e actividade diária

Distância total percorrida desde a meia-noite ou desde que começou a registar, calculada em função das suas medidas

Percentagem objectivos diários cumpridos
Monitor de freqüência cardíaca, medidor o freqüência cardíaca em tempo real.

UTILIZAÇÃO DA APLICAÇÃO

DESCARGA E UTILIZAÇÃO DA APLICAÇÃO

Pode utilizar o monitor com o SmartPhone Android e com o iPhone, tendo em conta que devem cumprir os seguintes requisitos:

Android: SmartPhone com Bluetooth 4.0 Low Energy (BLE) e com uma API BLE que permita o acesso a BLE mediante código de aplicações de terceiros (comummente de Android 4.3 em diante)

iOS: desde iPhone4S em diante

NOTA: Para saber se o seu SmartPhone dispõe de BLE, consulte as especificações técnicas ou instale um comprovador de BLE no SmartPhone, existem vários gratuitos na PlayStore.

Para descarregar a aplicação, proceda do seguinte modo:

Desde Android: procure a aplicação SPC Fitness na PlayStore

NOTA: Se você tiver problemas em baixar os aplicativos, você também pode baixá-los de nosso Web site support. spc-universe.com

Desde iOS: procure a aplicação SPC Fitness na APP Store
Para ligar o smartphone com o seu monitor,

você deve ter ativado anteriormente o Bluetooth

Assim que a aplicação esteja instalada, deverá registar-se no sistema ou identificar-se com uma conta já existente.

Para registar-se, deverá introduzir um correio electrónico, palavra-passe, foto de perfil (desde a câmara ou foto já existente), nome, género, data de nascimento, peso e altura.

Em seguida, deverá estabelecer um objectivo diário, deslizando uma barra situada na parte inferior.

LIGANDO O MONITOR COM O APLICATIVO PELA PRIMEIRA VEZ

Ele executa as seguintes etapas para vincular o monitor pela primeira vez:

IMPORTANTE: Ter ativado o Bluetooth móvel. Pressione SPC Fit Pulse e mobile não deverá ser superior a 10 metros de alcance.

1. A partir do app, vá ao menu **"Dispositivos"**.

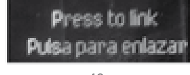


2. Selecione sua SPC Fit Pulse.

PT

3. O visor mostrará um pedido de ligação, para confirmar e verificar o link com o celular.

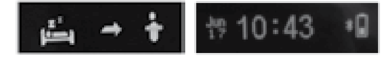
4. Tras aceptar la solicitud de enlace en tu móvil, aparecerá en tu SPC Fit Pulse otra solicitud de enlace que deberás aceptar tocando sobre la pantalla táctil.



Ligação completada, estes passos só tem que segui-los a primeira vez que você ligar o monitor e o aplicativo. Da próxima vez que liga seu SPC Fit Pulse pressione ajuste, as etapas 3 e 4 link de confirmação não será necessária.

MONITORIZAR ACTIVIDADE

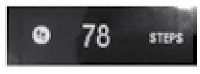
Inicialmente, o monitor está no modo actividade, se estivesse no modo sono, deveria premir prolongadamente o **ecrã táctil (2)** prolongadamente até ver esta imagem e, em seguida, voltar a premi-lo uma vez.



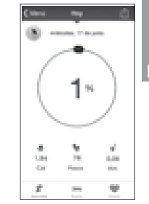
Abra a aplicação antes de iniciar a actividade e sincronize o monitor e a aplicação.

Assim que o monitor e a aplicação estejam sincronizados, pode começar a actividade.

Pressione o **ecrã táctil (2)** para colocá-lo no modo passo.

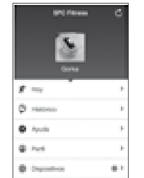


O monitor contará os seus passos e com base nas suas medidas (introduzidas quando criou o perfil), calculará a distância percorrida, as calorias queimadas e a percentagem realizada sobre os objectivos diários estabelecidos previamente.



PT

Pode ver estatísticas e o histórico de atividade e sono, premindo o na opção **"Histórico"**.



NOTA: passos, e na próxima vez que os ligue, os dados registados pelo monitor irão sincronizar com a aplicação. É possível que os passos visualizados na aplicação não coincidam com os passos do monitor, mas quando comece ou continue de novo a actividade, irão sincronizar-se automaticamente de novo e o número coincidirá.

- Tenha em conta que o monitor reinicia todos os dias às 00:00 horas, por isso se realizou o exercício no dia anterior e não o sincronizou, estes dados não conseguem ver o monitor quando você salvar os dados dos últimos 30 dias, e na próxima vez que você sincronizar você vai ver na aplicação.

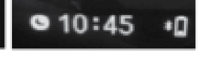
- O monitor conta os passos a partir de uma quantidade fixa e continuada de 10 passos, ou seja, contará todos os passos mas apenas serão contabilizados na computadorização total se estes passos superarem os 10, visualizando o número 11 no 11º passo. Isto é

assim para evitar possíveis movimentos involuntários do monitor sem ser actividade.

MONITORIZAR SONO

Ir para o modo de suspensão, você deve pressionar sobre a tela sensível ao toque (2) espera para ver esta imagem e pressione uma vez para entrar no modo de sono. Neste modo, o visor mostrará uma lua piscar, indicando que o modo de hibernação é ativado.



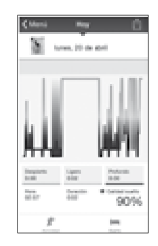


Quando acorde, saia do modo sono para que o monitor saiba que a noite terminou e guarde e processe os resultados.

Assim que tenha sincronizado o monitor com a aplicação, se vai ao ecrã **"Qualidade sono"**

(deslizando o dedo da direita para a esquerda sobre o ecrã **"Actividade de hoje"**) verá um gráfico com o resultado do sono, vendo altos e baixos no mesmo, provocados por movimentos realizados. Se prime sobre qualquer ponto do gráfico, verá em que momento se produziu esse movimento.





MONITORIZAR FRECUENCIA CARDÍACA

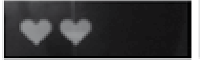
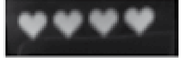
Seu SPC Fit Pulse caber a imprensa tem uma taxa de coração de sensor que permite monitorar a freqüência cardíaca atual na sua tela.



Para monitorar o coração taxa executou o procedimento da seguinte forma, colocar a imprensa SPC Fit Pulse ajuste a taxa de coração do pulso (de preferência em frente devido a maior concentração de fluxo sanguíneo) (5) sobre o mesmo sensor, luzes a tela com dois dedos e seu monitor, mantenha pressionado sobre o toque de dois painéis (1) e (3). Ato, sua imprensa SPC Fit Pulse caber vai começar a

PT

calcular a sua freqüência cardíaca. Aparece no visor uma linha progresso formada por corações, isso indica que ele está calculando a frequência cardíaca. Pressione e segure os painéis de toque até a barra de progresso termina (4 núcleos).

Para parar de monitorar sua frequência cardíaca, pare de clicar em qualquer um dos painéis de toque.

NOTA: É muito importante que esse sensor (5) frequência cardíaca é firmemente no seu pulso para uma medição correta.

-Acesso dentro do seção "Hoje" submenu "Cardio" para monitorar a freqüência cardíaca atual no aplicativo.

-Acesso dentro da seção "Histórico" melhor história do sub-menu "Cardio" para exibir os detalhes (mínimos, máximos, médios de batimentos).

NOTA: Este não é um pulsometer pulsos metros ou profissional médico, é apenas uma indicação para o usuário. Por conseguinte , as medições podem ter um pequeno intervalo de desvio PARTILHAR DADOS

Você pode compartilhar os resultados, basta clicar no ícone acima, à direita , tanto no **"Hoje"** (ambos em atividade, sono e freqüência cardíaca) e no "**história**" (ambos em atividade, sono e freqüência cardíaca) , escolha o aplicativo em que você deseja compartilhar dados e escolher anúncios quem e qual é a mensagem.

PT

PERFIL

Nesta seção, você pode editar os dados do usuário registrado anteriormente (foto do perfil, gênero , nome, data de nascimento , altura, peso) e altere a sua meta diária .

MARCAS COMERCIAIS

SPC é uma marca registada de Telecom y Novatecno S.A.

NOTA: A SPC reserva-se com o direito de modificar em qualquer momento a informação desta guia, a qual foi elaborada com maior cuidado, se bem que todas as informações e recomendações que aqui constam não constituem nenhuma garantia.

DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD/DECLARATION OF CONFORMITY
DECLARAÇAO DE CONFORMIDADE

CE

DECLARANTE/DECLARANT/DECLARANTE

Nombre/Name/Nome: **TELECOM Y NOVATECNO S.A.**
Domicilio/Address/Endereço: **Parque Tecnológico Álava**
C/ Leonardo da Vinci, 14. (01510) Miñano (Álava)
Tel: **(+34) 945 297 029** Fax: **(+34) 945 297 028**
CIF: **A-01042878**

EQUIPO/DEVICE/EQUIPAMENTO

Clase de equipo/Device type/Tipo de equipamento: **Monitor de actividad, sueño y ritmo cardíaco**
Fabricante/Manufacturer/Fabricante: **Telecom y Novatecno S.A.**
País Fabricación/Manufacturing country/País de fabricação: **China**
Marca/Brand/Marca: **SPC**
Denominación comercial/Commercial Name/Nome comercial: **9604N**

NORMAS APLICADAS/APPLICABLE NORMS/NORMAS APLICÁVEIS

EN 60950-1:2006+A11:2009+A1:2010 +A12:2011

EN 62479: 2010

EN 301 489-1 V1.9.2: 2011-09

EN 301 489-17 V2.2.1: 2012-09

EN 55022: 2010+AC:2011

EN 55024:2010

EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009

EN 61000-3-3:2013

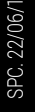
EN 300 328 V1.8.1:2012-06

FUNCIONALIDADES/FEATURES/CARACTERÍSTICAS

Características completas detalladas en el manual de usuario/Full features detailed in the user manual/Características completas e em detalhe no manual do usuário.
Miñano, 17 de Junio de 2015



D. José María Acha-Orbea
Director General/General Manager/Diretor-geral
Esta declaración de conformidad está de acuerdo con la Directiva Europea 1999/5/EC. This declaration of conformity is in compliance with the European Directive 1999/5/EC. Esta declaração de conformidade respeita as normas da Diretiva Europeia 1999/5/EC.


SPC. 22/06/1 s


SPC


spc-universe.com

